Nieuwsbrief 1, focus inzetbaarheidscheck

Onderwerp: Blijf inzetbaar, doe de check!

Wil jij de energie hebben om leuke dingen te doen, zonder klachten op te staan én lekker in je te vel zitten? Doe de online Inzetbaarheidscheck van Sectorinstituut Transport en Logistiek (STL).

**Wat is het?**

De Inzetbaarheidscheck is een online vragenlijst over je lichamelijke en geestelijke gezondheid, leefstijl, je werk en je werkbeleving. Invullen duurt ongeveer 15 tot 20 minuten. Daarna zie je meteen de uitslag, met tips en persoonlijk advies.

**De voordelen**

Het is altijd verstandig om even stil te staan bij je werk, je leven en je toekomst. Leef je een beetje gezond? Werk je op een gezonde manier? Waar ben je goed in? Wat wil je nog leren? De Inzetbaarheidscheck geeft een beeld hoe je ervoor staat. Zo haal je nog jarenlang op een gezonde manier plezier uit je werk én je vrije tijd.

**Ga ervoor. Je kan het!**

Op DATUM ontvang je per e-mail een persoonlijke link om de online vragenlijst in te vullen. Alleen jij kunt na afloop het dashboard met jouw uitslag zien. Als je in de risicogroep valt word je gebeld door STL. Het is aan jou wat je ermee doet. Heb je hulp nodig bij sommige tips of adviezen? Bespreek het met je werkgever, of trek aan de bel bij STL.

Geef je inzetbaarheid een oppepper. Ga ervoor. Je kan het!